O Jornal Metro é impresso em papel certificado FSC, com garantia de manejo florestal responsável, pela Metromídia Gráfica

ATIRADOR ATACA PARIS SEM MOTIVO APARENTE PÁG. 06

AMISTOSO BRASIL FECHA O ANO CONTRA O CHILE, ÀS 23H PÁG. 16

POR UM 'TRIZ'

GRUPO CORPO ESTREIA NOVA COREOGRAFIA PÁG. 07

metro®

SANTOS
Terça-feira,
19 de novembro de 2013
Edição nº 953, ano 4

MÍN: 18°C
MÁX: 25°C

www.readmetro.com | leitor.st@metrojornal.com.br | www.facebook.com/metrojornal | @jornal_metro

Desidratação causa mil internações na Baixada

Risco de morte. Levantamento da Secretaria da Saúde revela que em um ano região foi a terceira do Estado com mais casos do mal, que atinge principalmente idosos e crianças e que pode ser facilmente combatido com ingestão de líquidos, principalmente no calor PÁG. 02

Os médicos aconselham a toda pessoa ingerir dois litros de água por dia: no calor, casos de desidratação aumentam | DAVI RIBEIRO/METRO SANTOS

Semiaberto é liberado a mensaleiros

Justiça autoriza que Delúbio, Dirceu e Genoíno apenas durmam na cadeia, mas em Brasília PÁG. 03

Mais seis garantem hoje vaga na Copa

Empate classifica portugueses; aos franceses, só a vitória interessa PÁG. 12

Horário	Jogo
14h	EGITO X GANA
16h15	ARGÉLIA X BURKINA FASSO
17h	ROMÊNIA X GRÉCIA
17h15	CROÁCIA X ISLÂNDIA
17h45	SUÉCIA X PORTUGAL
18h	FRANÇA X UCRÂNIA

Desidratação interna 3 pessoas por dia na região

Saúde. A desidratação pode até matar. As principais vítimas são crianças e idosos

Levantamento realizado pela Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo aponta que, em média, 87 pessoas são internadas por mês, média de três por dia, em hospitais por desidratação na Baixada Santista. A região teve 1.041 pessoas internadas por conta deste tipo de problema no ano passado e ganhou o 3ª lugar no ranking do Estado em número de casos. A Baixada ficou atrás somente da Grande São Paulo com 1.451 internações e São José do Rio Preto com 1.156. Entre as principais vítimas de internação, estão crianças e idosos. "Eles perdem mais líquido com mais facilidade, por isso é necessário ficar atento", disse o Dr. Sérgio Paulo de Almeida Nascimento, clínico geral e assistente técnico da atenção básica da secretaria de Saúde de Praia Grande.

É necessário se refrescar e beber muito líquido | DAVI RIBEIRO / METRO SANTOS

O corpo humano perde água através do suor, respiração, lágrimas, urina e fezes, principalmente no calor, por isso, a ingestão de líquidos é extremamente necessária. A falta de líquido no corpo pode causar fraqueza, tontura, cansaço, sonolência, aumento dos batimentos cardíacos e dores de cabeça. "Em casos mais graves, a desidratação pode levar a óbito. Ao sentir os sintomas é necessário procurar um médico", afirmou.

"O ideal é beber no mínimo, dois litros de água por dia, evitar sol entre 10h e 16h, usar roupas leves, ficar em local ventilado e ter uma alimentação leve", disse o especialista.

ANA PAULA SANTOS
METRO SANTOS

No feriado.
Hotéis têm 92% de ocupação

O feriado prolongado da Proclamação da República garantiu 92% de ocupação em hotéis em Santos, segundo o SinHoRes (Sindicato de Hotéis, Bares, Restaurantes e Similares). "Por ser o último feriado do ano, os turistas queriam aproveitar a folga antes das festas de final de ano, por isso esta excelente ocupação", disse Salvador Lopes, presidente do sindicato.

Segundo a Ecovias, concessionária que administra o Sistema Anchieta Imigrantes (SAI), 335.750 veículos desceram rumo ao litoral. O número ficou dentro da expectativa da concessionária, que esperava a passagem de 255 a 365 mil veículos neste período, dependendo da condição climática.

De acordo com a Ecovias, durante a operação, foram registrados 116 acidentes, 78 deles sem vítimas e 37 com vítimas. Uma pessoa foi socorrida sem risco de morte, e outras 44 sofreram apenas ferimentos leves. Uma pessoa morreu. METRO SANTOS

Consciência Negra no Museu do Café

O Museu do Café (rua 15 de Novembro, 95, Centro Histórico, em Santos) está com uma programação especial para celebrar o Dia da Consciência Negra amanhã. A programação será aberta às 15h, com o Grupo Vícios e Cia. de Dança, que apresentará jazz afrocontemporâneo, com coreografia inspirada nos movimentos de cirandas e rituais africanos em busca da liberdade. O grupo Zabelê, exibirá cânticos africanos e coreografia do maculelê, no dia 22 de novembro, às 13h.

O museu funciona na Bolsa do Café, no Centro Histórico | DAVI RIBEIRO / METRO

A programação, gratuita, tem como objetivo a reflexão e valorização da cultura africana. O museu funciona de segunda a sábado, das 9h às 17h, e aos domingos entre 10h e 17h. A cafeteria abre de segunda a sábado das 9h às 18h e aos domingos das 10h às 18h.

Ainda em comemoração a data, dia 22, às 18h30, na Sala Princesa Isabel, acontece a Entrega do Troféu Zumbi dos Palmares a personalidades que contribuem em suas áreas de atuação profissional para a valorização da questão negra, combate ao racismo e inclusão do negro. METRO SANTOS

ABRE E FECHA

PREFEITURAS
Não funcionam amanhã e retornam ao expediente na quinta-feira.

BANCOS
Não funcionam amanhã e retornam ao expediente na quinta-feira.

POUPATEMPO
Não haverá expediente na quarta-feira. As atividades serão retomadas na quinta-feira.

SAÚDE
Prontos-Socorros e hospitais funcionam 24h. As unidades básicas de saúde não funcionam, apenas da Nova Cintra.

ORQUIDÁRIO
Aberto das 9h às 18h. A bilheteria fecha às 17h.

AQUÁRIO
Abre das 9h às 20h. A bilheteria fecha 30 minutos antes.

1 FOCO

Cachoeira
Pena mais rigorosa

Carlinhos Cachoeira poderá cumprir pena de 50 anos e 5 meses de prisão por comandar esquema de jogos ilegais. O pedido de reforma da sentença foi feito pelo Ministério Público de Goiás. A aplicação da pena mais rigorosa será analisada pela 11ª Vara Federal. Cachoeira aguardará a decisão em liberdade.

Em função do feriado do Dia da Consciência Negra, o **Metro Jornal** não será publicado amanhã, voltando a circular normalmente na quinta-feira, dia 21.

Cotações

Dólar - 2,30% (R$ 2,26)

Bovespa + 1,60% (54.307 pts)

Euro - 1,38% (R$ 3,09)

Selic (9,5% a.a.)
Salário mínimo (R$ 678)

FALE COM A REDAÇÃO
leitor.st@metrojornal.com.br
013/3345-9000
COMERCIAL: 013/3285-6993

O jornal **Metro** circula em 24 países e tem alcance diário superior a 20 milhões de leitores. No Brasil, é uma joint venture do Grupo Bandeirantes de Comunicação e da Metro Internacional. É publicado e distribuído gratuitamente de segunda a sexta em São Paulo, Brasília, Rio de Janeiro, Belo Horizonte, Curitiba, Porto Alegre, ABC, Santos e Campinas, somando mais de 480 mil exemplares diários.

EXPEDIENTE
Metro Brasil. Presidente: Cláudio Costa Bianchini (MTB: 70.145)
Editor Chefe: Luiz Rivoiro (MTB: 21.162). **Diretor Comercial e Marketing:** Carlos Eduardo Scappini
Diretora Financeira: Sara Velloso. **Diretor de Tecnologia e Operações:** Luiz Mendes Junior
Gerente Executivo: Ricardo Adamo
Coordenador de Redação: Ireneu Masiero. **Editor-Executivo de Arte:** Vitor Iwasso

Metro Santos. Editor-Executivo: Marcelo Camargo (MTB: 33.618)
Diagramação: Luana Santana. **Gerente Comercial:** Luciano Pessoa

Editado e distribuído por Metro Jornal S/A. Endereço: rua José Caballero, 15, Gonzaga, CEP 11055-300, Santos, SP. Tel.: 013/3345-9000
O Jornal **Metro** é impresso na Metromídia Gráfica.

A tiragem e distribuição desta edição são auditadas pela BDO. **20.000** exemplares

Dirceu e Genoino vão para semiaberto

Mensalão. Delúbio Soares, Jacinto Lamas e Romeu Queiroz também foram transferidos ontem da Penitenciária da Papuda para o Centro de Internamento e Reeducação

A partir de hoje, o ex-ministro José Dirceu, o deputado José Genoino (PT-SP) e o ex-tesoureiro do PT Delúbio Soares, além do ex-deputado Romeu Queiroz e do ex-tesoureiro do antigo PL Jacinto Lamas, passarão a cumprir a pena no regime semiaberto.

Os cinco foram transferidos ontem da Penitenciária da Papuda, onde estavam desde sábado, para o CIR (Centro de Internamento e Reeducação), que fica dentro do complexo penitenciário.

Segundo decisão do juiz Ademar de Vasconcelos, da Vara de Execução Penal do Distrito Federal, os condenados só terão direito ao benefício de sair para trabalhar após a homologação dos pedidos.

Marcos Valério, Cristiano Paz, José Roberto Salgado e Ramon Hollerbach cumprirão a pena em regime fechado no pavilhão 1 do presídio. Kátia Rabello, condenada a regime fechado, e Simone Vasconcelos, que cumpre pena no semiaberto, foram transferidas para o 19º batalhão da Polícia Militar.

A manutenção dos presos em regime diferente da sentença foi alvo de críticas. "É incorretque alguém cumpra pena mais danosa do que o determinado", criticou o ministro da Justiça, José Eduardo Cardozo. O Depen (Departamento Penitenciário Nacional) justificou que os réus foram mantidos em regime fechado em função das condições do presídio.

Os advogados dos petistas pediram ao STF que a pena seja cumprida próximo da família, como prevê a lei penal. As defesas dos condenados querem a transferência para cidades de Minas Gerais, Goiás, São Paulo e Rio de Janeiro. A decisão caberá ao presidente do STF (Supremo Tribunal Federal), ministro Joaquim Barbosa, mas não tem data para ser tomada. METRO BRASÍLIA

Foragido, Pizzolato é procurado pela Interpol

Henrique Pizzolato ingressou ontem na lista de 160 brasileiros que são procurados pela Interpol. O ex-diretor de marketing do Banco do Brasil fugiu para Itália. Ele foi condenado a 12 anos e sete meses de prisão por lavagem de dinheiro, peculato e corrupção passiva. Embora a Itália não extradite nacionais, o Brasil ainda estuda o pedido de extradição de Pizzolato, que tem dupla cidadania. | REPRODUÇÃO/INTERPOL

PT acusa Barbosa de agir por vingança

Após reunião em São Paulo, o PT criticou duramente a postura do presidente do STF, Joaquim Barbosa. "As prisões demonstraram desejo do presidente do Supremo de produzir imagens", criticou o secretário-geral do partido, deputado Paulo Teixeira (SP).

"Condenados sem provas, num processo nitidamente político e influenciado pela mídia conservadora, os companheiros estão sendo vítimas, desde o início, de uma tentativa de linchamento moral, que visa, também, criminalizar o PT e influir na disputa eleitoral", diz a nota do partido. "O julgamento dos petistas denunciados foi injusto, nitidamente político e alheio às provas dos autos".

O PT estuda entrar com ação contra Joaquim Barbosa no STF e até em Cortes internacionais. METRO BRASÍLIA

Sete condenados podem ser presos a qualquer momento

Relator da ação penal do mensalão, o presidente do STF (Supremo Tribunal Federal), Joaquim Barbosa, pretende esgotar as demandas sobre as primeiras prisões antes de mandar novos condenados para a cadeia. O ministro participou ontem do Encontro Nacional do Judiciário, em Belém, mas até as 22h, não havia decretado novas prisões.

Com isso, o mandado de prisão de sete condenados poderá ocorrer a qualquer momento. Antes, Barbosa deverá decretar o trânsito em julgado da sentença de seis réus. Apenas o delator do esquema, o deputado cassado Roberto Jefferson (PTB-RJ), já teve a condenação decretada.

A exemplo do que fez com os primeiros 11 presos, o ministro deverá determinar a transferência dos demais condenados para Brasília.

Apenas o deputado João Paulo Cunha (PT-SP) e os ex-assessores João Cláudio Genu e Breno Fischberg, que aguardam recursos, devem continuar em liberdade. METRO BRASÍLIA

Na berlinda

Outros sete condenados deverão começar a cumprir as sentenças. Confira as penas:

- **Regime fechado.** Vinicius Samarane (8 anos e 9 meses).
- **Regime semiaberto.** Roberto Jefferson (7 anos e 14 dias); Valdemar Costa Neto (7 anos e 10 meses); Pedro Henry (7 anos e 2 meses; Pedro Corrêa (7 anos e 2 meses); Bispo Rodrigues (6 anos e 3 meses); e Rogério Tolentino (6 anos e 2 meses).

Genoino aguarda parecer da PGR

Portador de cardiopatia grave, o deputado José Genoino (PT-SP) aguarda uma avaliação do procurador-geral da República, Rodrigo Janot, sobre o pedido para cumprir em casa a pena de 4 anos e oito meses de prisão. O parecer deve ser divulgado hoje.

A família de Genoino demostrou ontem preocupação com a saúde dele.

"Pensem vocês, um cara que tirou 15 centímetros da aorta tem condições de ficar dentro de um lugar desses, insalubre?", protestou o deputado José Guimarães (PT-CE), irmão de Genoino.

O presidente da Comissão de Direitos Humanos da OAB (Ordem dos Advogados do Brasil), Wadih Damous, apontou ilegalidade na prisão do petista. "A prisão deve ser feita com respeito à dignidade. METRO BRASÍLIA

Política

CLÁUDIO HUMBERTO
CLAUDIO.HUMBERTO
@METROJORNAL.COM.BR

PT SABIA E ATÉ TERIA AJUDADO NA FUGA DE PIZZOLATO. A família e até o advogado de Henrique Pizzolato podem ter sido surpreendidos com sua fuga para a Itália, mas não a cúpula do Partido dos Trabalhadores. Dirigentes petistas não apenas sabiam como teriam ajudado na fuga, segundo alta fonte do próprio PT. O foragido ex-diretor do Banco do Brasil seria depositário de segredos caros a líderes do PT e os teria pressionado a ajudá-lo em troca do seu silêncio.

EXÍLIO DOURADO. Primeiro Pizzolato pressionou o PT a livrá-lo da cadeia, ameaçando abrir o bico. Depois, negociou os termos de um "exílio" dourado.

ARAPONGAGEM. A área de Inteligência do governo federal também estava informada dos passos de Henrique Pizzolato, e informou o Palácio do Planalto.

A GENTE AVISOU. Pizzolato planejou sua fuga sem pressa, desde que obteve a cidadania italiana. Esta coluna, na época, alertou para a possibilidade de fuga.

O MALUF DO PT. Henrique Pizzolato é como Paulo Maluf: procurados pela Interpol, não podem deixar o país. Maluf por brasileiro, ele por ser ítalo-brasileiro.

ENROLADO NO ESCÂNDALO METRÔ-SP AGE CONTRA CBF. Denunciado no escândalo de corrupção do Metrô de São Paulo, José Luiz Portella, ex-secretário de Transportes Metropolitano do governo José Serra, é acusado de fazer parte de outro esquema: a manipulação de protestos de jogadores contra a CBF, a serviço de políticos e de cartolas, como o corintiano Andrés Sanches, que tentam a todo custo administrar o orçamento da maior entidade do futebol brasileiro.

"AH, NÃO SEI. NÃO ACHEI NADA"

LULA SOBRE A FUGA DE HENRIQUE PIZZOLATO, MELIANTE CONDENADO POR UNANIMIDADE NO STF

José Luiz Portella | DIVULGAÇÃO

MESMO JOGO. Portella seria um dos conselheiros do jogador Paulo André, criticado pelos colegas por fazer o mesmo jogo dos cartolas que tanto critica.

CARREIRA. Colegas acham que Paulo André é levado a provocar o confronto de atletas com a CBF e TVs para, se der certo, iniciar a carreira de cartola.

PODER SEM PUDOR

Entregando comunistas

No golpe de 1964, a polícia prendeu em Curitiba o advogado Noel Nascimento. Um major queria nomes de comunistas.
- Não conheço nenhum comunista, major.
- Claro que conhece e tem que contar. Ou se arrepende.
- Mas eu tenho medo. Conheço dois, mas eles podem vingar-se de mim.
- Não tenha medo.
- Não diz que fui eu quem disse? Conheço Kruschev e Mao Tsé-tung.
Noel ficou um mês na solitária.

COM ANA PAULA LEITÃO E TERESA BARROS
WWW.CLAUDIOHUMBERTO.COM.BR

Concessões. Galeão e Confins têm 5 interessados

Cinco grupos empresariais entregaram ontem propostas para o leilão dos aeroportos de Galeão (RJ) e Confins (MG). Pelo menos três vão disputar as duas unidades.

Na quinta-feira, o governo divulgará se houve algum grupo que não se habilitou para a segunda etapa, de lances, que será realizada na sexta-feira pela manhã. O valor mínimo para o aeroporto mineiro é de R$ 1,1 bilhão e para a unidade fluminense, R$ 4,8 bilhões.

Pelas regras da concorrência, as três melhores propostas para cada terminal serão classificadas e as outras que estiverem com até 90% do valor da melhor proposta também podem concorrer. As empresas classificadas começam então a dar lances e vence quem oferecer o maior. Caso uma mesma empresa tenha o maior lance para os dois aeroportos, ela poderá escolher com qual vai ficar. METRO

Dilma venceria eleição no 1º turno, diz Ibope

Corrida presidencial. Pesquisa mostra que presidente subiu de 41% para 43% e tem ampla vantagem sobre todos os adversários

Pesquisa Ibope divulgada ontem aponta que, se a eleição para Presidência da República fosse hoje, a presidente Dilma Rousseff seria reeleita no 1º turno.

Dilma tem 43% das intenções de voto. O tucano Aécio Neves (PSDB) aparece com 14%, e o governador de Pernambuco, Eduardo Campos (PSB), tem 7%. Somadas as intenções de voto nos dois, a vantagem de Dilma é de 22 pontos percentuais.

O levantamento ouviu 2.002 pessoas entre os dias 7 e 11 de novembro, em 142 municípios.

Na comparação com o levantamento anterior, divulgado em outubro, Dilma é a única a apresentar crescimento. No levantamento anterior, ela aprecia com 41%. Aécio manteve os mesmos 14% e Campos registrou uma queda de três pontos percentuais.

Cenários

A presidente leva vantagem mesmo quando há uma alteração no cenário de adversários. Com Marina Silva no lugar de Campos, Dilma fica com 42%, ante 16% da ex-senadora, que perdeu cinco pontos em relação ao levantamento de outubro.

Em uma troca de tucanos, Dilma Rousseff vence o ex-governador José Serra (PSDB) com uma vantagem de 22 pontos percentuais (41% a 19%). A petista também leva a melhor em um quadro com Serra e Marina Silva (veja quadro ao lado).

Avaliação do governo

Para 39% dos entrevistados, o governo Dilma é bom ou ótimo. No levantamento anterior, esse percentual foi de 38%. Outros 24% avaliam o governo como ruim ou péssimo, queda de dois pontos percentuais na comparação com a pesquisa anterior.

A taxa de aprovação da presidente registrou alta, passando de 53% para 55%. O mesmo ocorre com o percentual de eleitores que confiam nas decisões tomadas por Dilma, que foi de 49% para 51%. METRO

INTENÇÃO DE VOTO em %

FONTE: IBOPE. FORAM OUVIDOS 2.002 ELEITORES ENTRE OS DIAS 7 E 11 DE NOVEMBRO, EM 142 MUNICÍPIOS

Ativistas. Ameaças isolam biotério da Unicamp

A vigilância do Cemib (Centro Multi-Institucional de Bioterismo) da Unicamp foi intensificada depois de ativistas ameaçarem invadir o local para soltar os camundongos que servem às pesquisas científicas da universidade e de outros centros. As ameaças foram captadas pela PF (Polícia Federal), por meio do monitoramento de redes sociais.

Diligências da PF já estão agendadas para Campinas para quinta e sexta-feira para identificar de onde partem as ameaças. Segundo fontes da PF, o grupo teria parte dos integrantes que, em 18 de outubro passado, levaram do Instituto Royal, em São Roque, todos os cães da raça beagle que eram usados como cobaias no laboratório.

A intensificação da vigilância, com o fechamento de vias de acesso ao Cemib, foram confirmadas por fontes do **Metro Jornal** junto à universidade. Mas ninguém da assessoria de imprensa foi encontrado ontem para prestar mais informações sobre o serviço desenvolvido no biotério. METRO CAMPINAS

Polícia vai indiciar padrasto de Joaquim

O delegado Paulo de Castro, responsável pelas investigações da morte de Joaquim Marques, de 3 anos, afirmou ontem já ter provas suficientes para indiciar o padrasto da vítima, Guilherme Longo, de 28 anos, pelo crime ocorrido em Ribeirão Preto, interior do Estado.

Segundo Castro, as provas obtidas até o momento sustentam o indiciamento por homicídio doloso (quando há intenção de matar).

Uma reconstituição será feita nesta semana para esclarecer as últimas dúvidas da polícia sobre o caso.

O delegado disse que a mãe da criança, Natália Ponte, de 29 anos, e familiares de Longo devem prestar mais esclarecimentos nos próximos dias.

Ontem, Natália prestou seu terceiro depoimento e voltou a dizer que o padrasto era agressivo com o garoto quando estava sob efeito de cocaína. Em uma conversa do casal pela internet, analisada pela polícia, Longo afirmou que não aguentava mais a dependência da droga e deu a entender que iria se matar.

Natália Ponte deixa delegacia após depoimento | MÁRCIA RIBEIRO/ FOLHAPRESS

A polícia suspeita que Joaquim, diabético, tenha sido morto com uma superdosagem de insulina. Seu corpo foi jogado no rio Pardo, em Ribeirão Preto. As lesões no corpo da vítima foram provocadas pelos cinco dias em que ele ficou boiando no rio.

Os legistas não acharam água no sistema respiratório do garoto, o que comprova que ele não morreu afogado. Pelo fato de o laudo ser inconclusivo, exames mais detalhados de sangue e vísceras foram pedidos pela polícia e devem ser entregues em até 20 dias.

O padrasto e a mãe do garoto estão presos temporariamente desde o dia 10, quando o corpo foi encontrado em Barretos.

Longo teve ontem o pedido de revogação da prisão negado pela Justiça, que manteve sua detenção para garantir a segurança das investigações. A defesa disse que vai recorrer até o final desta semana. METRO

Rio. Justiça cassa direitos políticos de César Maia

A Justiça do Rio condenou ontem o ex-prefeito do Rio César Maia (DEM) por improbidade administrativa. Ele teve os direitos políticos cassados por oito anos. Candidato ao governo fluminense, Maia é vereador atualmente. Ainda cabe recurso da decisão.

O ex-prefeito é acusado pelo Ministério Público de contratar, com recursos públicos, o cunhado para representá-lo em ações populares movidas durante os três mandatos de Maia na prefeitura do Rio.

De acordo com a Promotoria, a contratação do advogado Paulo Eduardo de Araújo Saboya foi acertada quando os processos já haviam terminado. No total, foram 27 contratos, todos no valor de R$ 8 mil, independentemente da complexidade da ação judicial.

Maia disse que a contratação respeitou a tabela de preços da Procuradoria Geral do Município. Ele ainda afirmou que a prática já foi considerada legal pela Justiça em uma outra ação do Ministério Público. METRO

Ex-prefeito teve os direitos políticos cassados | PEDRO TEIXEIRA / FUTURA PRESS

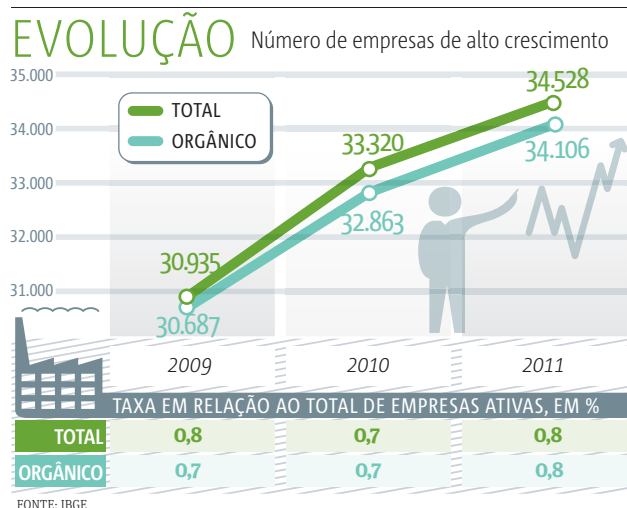
Aumenta o número de empresas com alto crescimento

Empreendedorismo. Companhias que conseguiram aumentar em 20% sua força de trabalho por três anos seguidos avançam e geram quase metade das vagas no país

O Brasil registrou um total de 34.528 empresas de alto crescimento em 2011, que empregavam 5 milhões de assalariados e pagavam, entre salários e remunerações, R$ 95,4 bilhões. Os dados são da terceira edição da pesquisa Estatísticas do Empreendedorismo, divulgada ontem pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) em parceria com o Instituto Empreender Endeavor Brasil.

	2009	2010	2011
TOTAL	0,8	0,7	0,8
ORGÂNICO	0,7	0,7	0,8

Segundo a pesquisa, houve aumento de 3,6% no número de empresas no perfil em relação a 2010, além de incremento de 0,8% no pessoal assalariado ocupado e de 8,1% nos salários e remunerações pagos por essas empresas. "É um desempenho positivo. Nos três anos em que a pesquisa foi realizada, houve crescimento", afirma Clarisse Monteiro, da área de pesquisa do Endeavor Brasil.

São consideradas empresas de alto crescimento aquelas que têm mais de dez empregados e que mantiveram uma média de crescimento do pessoal assalariado ocupado de, pelo menos, 20% nos três anos anteriores.

Do total, 34.106 eram empresas de alto crescimento orgânico, em que o aumento do pessoal assalariado resulta de novas contratações. "Mesmo representando apenas 1,5% do total de empresas com pessoal ocupado assalariado, foram responsáveis pela criação de quase metade (48,5%) dos postos assalariados entre 2008 e 2001", diz.

Entre 2008 e 2011, os 3,2 milhões de postos de trabalho assalariado criados pelas empresas de alto crescimento corresponderam a 56% do total de empregos gerados por empresas com um ou mais trabalhador assalariado e a 67% dos postos gerados por empresas com mais de dez empregados. O setor da construção civil continua sendo uma grande base para esse crescimento.

Em 2011, as empresas ativas com pelo menos dez empregados geraram R$ 1,5 trilhão em valor adicionado bruto (renda gerada pelos bens e serviços, excluídos os custos de produção e os impostos). Em 2010 esse valor foi de R$ 1,3 trilhão.

Desse valor, R$ 201,5 bilhões foram gerados por empresas com alto crescimento orgânico, ou 13,4% do total. Em 2010, essas empresas representavam 15,1% deste valor, com R$ 200 bilhões. "Essas empresas acompanham o movimento do PIB. Dessa forma, existe uma tendência de aumento", diz Clarisse. METRO

Dia das Crianças fez calote crescer 3,7% no mês passado | LUIZ GOMES/FUTURA PRESS

Serasa. Inadimplência volta a subir em outubro

Após quatro quedas seguidas, a inadimplência do consumidor teve alta de 3,7% em outubro, na comparação com o mês anterior. Em relação a outubro do ano passado, no entanto, houve queda de 11,9%, de acordo com o Indicador Serasa Experian de Inadimplência do Consumidor divulgado ontem. Essa foi a quinta queda mensal consecutiva na comparação com o mesmo período do ano passado.

Já no acumulado de janeiro a outubro de 2013, na comparação com o mesmo período do ano anterior, o índice caiu 0,6%, representando a primeira queda histórica da série para o período de janeiro a outubro.

De acordo com os economistas da Serasa Experian, a alta da inadimplência do consumidor em outubro foi basicamente devida a fatores sazonais, como o maior volume de vendas pelo Dia das Crianças e maior número de dias úteis em relação a setembro. Nesse sentido, a variação não pode ser interpretada como reversão de tendência do atual momento de recuo dos níveis de inadimplência dos consumidores.

As dívidas não bancárias, aquelas contraídas junto aos cartões de crédito, financeiras, lojas em geral e prestadoras de serviços como telefonia e fornecimento de energia elétrica, água, puxaram a alta da inadimplência em outubro, com variação positiva de 5,1%. METRO

Com China e BC, dólar recua 2,3% e fecha abaixo de R$ 2,30

O dólar comercial fechou ontem em queda de 2,3%, a R$ 2,268 na venda. É a maior baixa desde 18 de setembro, quando a moeda norte-americana recuou 2,89%.

A queda do dólar foi estimulada, no cenário externo, pelo anúncio de reformas econômica na China e também pelas expectativas de que o Fed, o banco central dos EUA, possa prolongar seus estímulos econômicos.

No mercado interno, a rolagem de contratos de swap cambial tradicional (equivalente à venda de dólares no futuro) também colaborou com a baixa.

A China anunciou na última sexta-feira seu mais abrangente conjunto de reformas econômicas e sociais em quase três décadas, com o governo chinês se comprometendo a acelerar a abertura de suas economia e promover mais liberalizações no setor financeiro.

Investidores avaliam de forma positiva reformas na China | KIM KYUNG-HOON/REUTERS

Segundo os analistas consultados pela "Reuters", o plano deve fazer com que a economia chinesa se torne mais competitiva, o que favorece as moedas relacionadas a commodities, com estreita relação comercial com a China, como é o caso do real. METRO

Gasolina. Alta de preço deve ser anunciada sexta

O governo deve anunciar na sexta-feira aumento de cerca de 5% no preço da gasolina a partir de dezembro, publicou ontem a coluna on-line da revista "Veja". Segundo a coluna Radar, o aumento de preço será feito em dezembro, com uma nova fórmula para reajuste dos preços proposta pela Petrobras entrando em vigor em 2014.

Ambas decisões, ainda segundo a coluna, deverão ser anunciadas na próxima sexta-feira, durante reunião do conselho de administração da estatal.

A medida espera a aprovação do governo, que teme os impactos na inflação e quer evitar uma nova forma de indexação da economia. METRO

Contas públicas. Dilma defende estabilidade fiscal

A presidente Dilma Rousseff reiterou ontem o compromisso com a estabilidade de fiscal e reconheceu que o Brasil sente os efeitos da crise internacional, mas vai manter a inflação abaixo da meta. "Construímos nossa estabilidade - inflação controlada, superávit fiscal e altas reservas (internacionais) - aumentando renda e emprego", disse a presidente em sua conta no Twitter.

"Quem aposta contra o Brasil sempre perde"

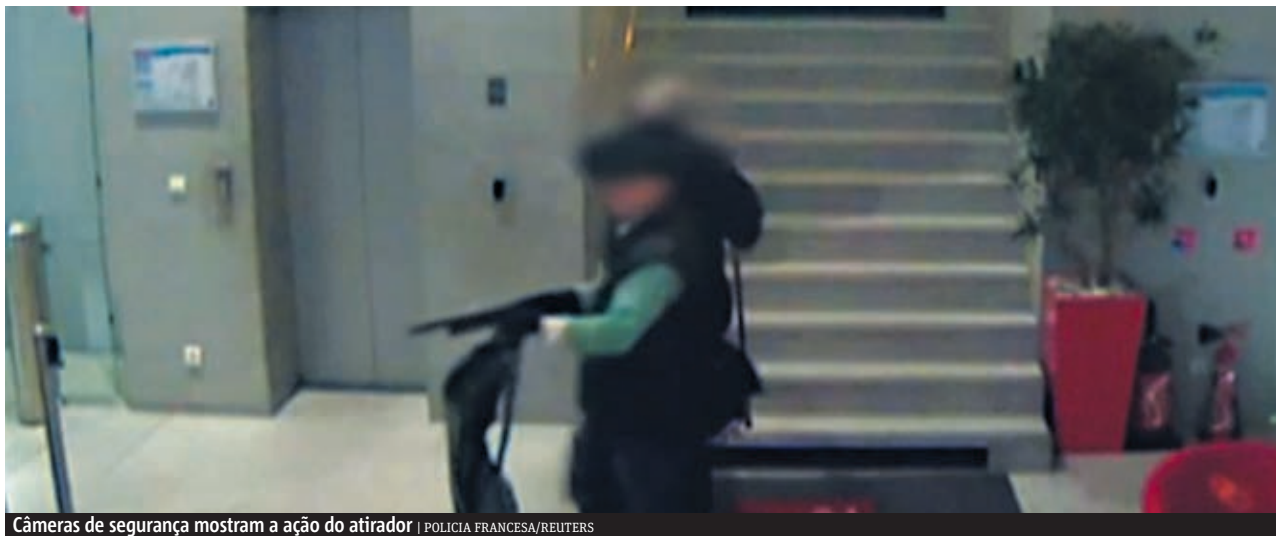
DILMA ROUSSEFF, PRESIDENTE

O governo tem se esforçado para mostrar que a situação fiscal do país está sob controle. Em setembro, o déficit primário do setor público atingiu R$ 9 bilhões, o pior da série histórica para o mês.

Dilma lembrou que dos cinco pactos lançados pelo governo após as manifestações de junho, o primeiro foi o da estabilidade fiscal. Os demais incluem combate à corrupção e reforma política, melhoria na saúde, educação e transporte público. METRO

Rússia. Futuro de gaúcha deve sair hoje

A bióloga gaúcha Ana Paula Maciel, ativista do Greenpeace, deverá conhecer o seu futuro hoje. A informação foi confirmada durante uma audiência em São Petersburgo que contou com a participação de Ana Paula.

O encontro serviu para analisar a situação dos detidos após o comitê russo de investigação solicitar a extensão das prisões preventivas. O motivo, segundo o órgão, seria garantir que as investigações sejam concluídas sem que os envolvidos retornem para seus países. No entanto, duas decisões já foram tomadas ontem. A primeira, e que dá esperanças para Ana Paula Maciel, foi a que definiu a soltura da ativista russa Ekaterina Zaspa, 31 anos, mediante o pagamento de fiança. Outro caso definido foi o do ativista australiano Colin Russel que, ao contrário do que ocorreu com Zaspa, teve a sua prisão provisória estendida até o dia 24 de fevereiro. Para o caso de Ana Paula, a promotoria não se mostrou contrária ao pedido de libertação sob fiança. BANDNEWS

Câmeras de segurança mostram a ação do atirador | POLICIA FRANCESA/REUTERS

Um dia de fúria e medo em Paris

Tiroteio. Homem faz disparos no centro de Paris sem motivos aparentes; atirador está foragido e é procurado pela polícia

Tiros foram disparados ontem nos escritórios de um jornal francês e de um banco em Paris. A polícia disse que um mesmo atirador parece ter realizados os dois ataques. Não houve indicação de motivos.

O atirador abriu fogo na sede do jornal de esquerda Libération no centro de Paris, deixando um fotógrafo assistente seriamente ferido e fugindo em seguida, disseram a polícia e funcionários do jornal.

Cerca de 90 minutos depois, um homem abriu fogo em frente à sede do banco Société Générale, em um subúrbio de Paris, sem atingir ninguém.

Pouco depois, um homem armado sequestrou um carro no arredores e obrigou o motorista a levá-lo à avenida Champs-Élysées, no centro de Paris, contou o motorista à polícia. Não ficou claro se esse último incidente teria relação com os outros dois tiroteios. METRO

EUA — Tornado mata oito pessoas no meio-oeste

Um dia depois de uma série de tufões atingir o meio-oeste dos Estados Unidos, matando oito pessoas, moradores procuravam seus pertences nos escombros. Gerado por um sistema de tempestade que se movia rapidamente, o tornado teve ventos de até 322 km por hora. METRO

Canadá — Prefeito de Toronto estreia reality com irmão

Acusado de fumar crack com traficantes, Rob Ford, 44 anos, virou atração de um programa de TV. Ontem, o prefeito de Toronto estreou o reality show “Ford Nation” em um canal canadense ao lado do irmão, Doug Ford, com quem tinha um programa no rádio. METRO

No Chile, começa a disputa por apoios

A socialista Michelle Bachelet obteve 47% dos votos no primeiro turno das eleições presidenciais do Chile. Foi quase o dobro dos 25% obtidos pela segunda colocada, Evelyn Matthei – ex-ministra e candidata do governo de direita do presidente Sebastian Piñera. Mas não evitou o segundo turno, em 15 de dezembro.

Por causa do sistema eleitoral chileno, que foi criado pela ditadura de Augusto Pinochet e garante uma inflada presença parlamentar para o segundo partido mais votado, a coalizão Nova Maioria, de Bachelet, não tinha esperança de formar maioria.

Bachelet precisará conquistar políticos independentes para bloquear o poder de veto da direita. Ela também espera que os movimentos sociais chilenos pressionem o Congresso a aprovar as reformas que propõe.

Segundo projeções, o Nova Maioria terá 67 dos 120 deputados e 21 dos 38 senadores. Na atual legislatura, como parte da oposição, tem 57 e 20, respectivamente.

“Embora Bachelet seja a vencedora, ela não está em posição invejável”, disse Peter Siavelis, professor de ciência política da Universidade Wake Forest. METRO

6,6 milhões de chilenos participaram das eleições com voto facultativo

Bachelet e Matthei em debate, agora, pela presidência | IVAN ALVARADO/REUTERS

“Temos grandes diferenças com a esquerda(...). Eles dizem que temos que derrubar tudo e partir do zero, com uma nova Constituição. Nós achamos que construímos um país sólido e que temos que melhorá-lo.”

EVELYN MATTHEI, EX-MINISTRA E CANDIDATA DA SITUAÇÃO

“Não existem duas leituras. Ganhamos a eleição com ampla maioria. Sabíamos que o desafio de ganhar no primeiro turno era complexo, dada a quantidade de candidatos e o desafio do voto voluntário.”

MICHELLE BACHELET, CANDIDATA DA COLIGAÇÃO NOVA MAIORIA

Deputada — Aos 25 anos, ex-estudante é eleita

Conhecida mundialmente como líder estudantil, Camila Vallejo, conquistou uma cadeira na Câmara dos Deputados nas eleições para o congresso chileno pelo Partido Comunista.

Aos 25 anos, a ex-presidente da Federação de Estudantes da Universidade do Chile levou 43,7% dos votos no populoso distrito de La Florida. “Quero agradecer a todos por tornarem possível este triunfo”, disse ela após a vitória.

Há pouco mais de um mês, Camila deu à luz uma menina, fruto do relacionamento com o estudante cubano Julio Sarmiento. METRO

Corpo no limite

Estreia. Problemas de saúde do coreógrafo Rodrigo Pederneiras ameaçaram 'Triz', nova peça do grupo mineiro. Embalada por trilha de Lenine, coreografia chega a São Paulo amanhã

Temporada de estreia de 'Triz' terá ainda apresentações de 'Parabelo' (1997), com trilha de Tom Zé e José Miguel Wisnik

JOSÉ LUIZ PEDERNEIRAS/DIVULGAÇÃO

Foi por um triz que "Triz", o 34º espetáculo do Grupo Corpo, não saiu do papel. Após passar por duas cirurgias (uma no ombro, em fevereiro, e outra no joelho, em maio) e adiar a estreia nacional do espetáculo, Rodrigo Pederneiras chegou a acreditar que, pela primeira vez, não conseguiria entregar uma coreografia nos quase 40 anos da companhia mineira.

"O tempo [de preparo] foi muito mais curto do que eu estava acostumado. Além disso, tive que trabalhar de uma maneira inédita. Costumo fazer cada movimento, no tempo e no contratempo, e dessa vez não pude. Tive que tentar verbalizar tudo", diz ele.

As incertezas vividas durante esse processo e os limites experimentados pelo coreógrafo contaminaram a criação, construída justamente em cima das fronteiras entre o possível e impossível, o visível e o invisível, e a partir da capacidade do corpo se reinventar frente a imprevistos.

O fato de a trilha criada por Lenine e seu filho Bruno Giorgi ter sido elaborada apenas por instrumentos de corda foi uma coincidência. Esse elemento – criado com total independência pelos compositores – não só remeteu ao "por um fio" vivido pelo espetáculo como invadiu a cenografia, composta por 15 quilômetros de cabos de aço que desenham novos limites para os bailarinos no palco.

> "O resultado foi muito legal! Aprendi que posso fazer de outro modo. O grupo saiu dessa mais unido ainda."
>
> RODRIGO PEDERNEIRAS, COREÓGRAFO

Esta é a segunda vez que Lenine compõe para o Corpo. Em contraponto à densidade de "Breu" (2007), ele criou dessa vez uma obra "com camadas, meio carregada, meio leve", segundo Pederneiras.

Todo esse sufoco deu lugar à sensação de desafio cumprido após o espetáculo ficar pronto, no fim de agosto. "Aprendi que posso fazer de outro modo, mas acho que só consegui também por causa dos bailarinos. O grupo saiu dessa mais unido ainda", conclui o coreógrafo.

Seguindo a tradição de apresentar uma nova peça ao lado do trabalho de repertório do grupo há mais tempo longe dos palcos, "Triz" será apresentada ao lado de "Parabelo" (1997), com trilha de José Miguel Wisnik e Tom Zé.

AMANDA QUEIRÓS
METRO SÃO PAULO

Serviço

No Teatro Alfa (r. Bento Branco de Andrade Filho, 722, tel.: 5693-4000). Estreia amanhã. De ter. a qui., às 21h; sex., às 21h30, sáb., às 20h e dom., às 18h. De R$ 40 a R$ 120. Até 29/11.

Papo de propaganda

JOÃO FARIA
JOAO.FARIA@METROJORNAL.COM.BR

NO ALVO!

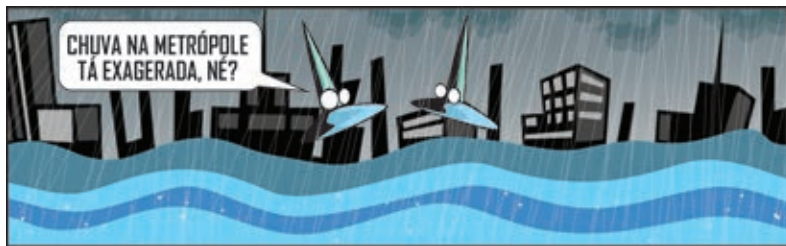
A segmentação das mídias e a fragmentação da audiência desafiam os profissionais de mídia. Diante de um cenário repleto de informações que circulam o tempo todo, como impactar o público somente com o que de fato interessa? Fátima Rendeiro, diretora nacional de mídia e conexões da NBS, revela os desafios para criação de uma estratégia de mídia que vá direto ao ponto, ou melhor, ao consumidor.

Diante de tanta informação, como dialogar com o consumidor?
Não acredito que exista uma fórmula para dialogar com o consumidor. O brasileiro é muito ligado a todos os aspectos de interação social e essa interação não acontece somente no ambiente digital. Dominar as ferramentas disponíveis, nos tornarmos cada vez mais observadores do comportamento das pessoas, aliando técnica à criatividade, são atitudes cada vez mais esperadas dos profissionais de comunicação e em especial dos mídias.

Como ser criativo na área de mídia?
Quando falamos de criatividade em mídia, estamos falando do que de um mix de meios inovador ou de um espaço inusitado, estamos falando de algo que é fruto da criatividade no conteúdo. Afinal, é o conteúdo que vai gerar impacto para a mensagem, é ele que tem que primeiramente ser engajador o suficiente para que seja adequado inteligentemente a cada meio. Citaria aqui o trabalho recente da NBS para a Petrobras intitulado Missão Netuno. Em parceria com o cliente, colocamos uma bandeira brasileira no fundo do mar, para simbolizar a conquista do pré-sal, juntamente com uma cápsula contendo mensagens inspiradoras para o futuro, que será aberta daqui a 10 anos. O ineditismo, com grande impacto, da ação gerou conteúdo de sobra para ser usado de maneira complementar e criativa pelos meios, do filme na TV ao making of na internet, do infográfico em revista ao engajamento nas redes sociais. Conteúdo criativo gera uma mídia criativa. O contrário, sozinho, não funciona.

Que fatores contribuíram para sua indicação ao Caboré?
Falar sobre isso não é tarefa fácil, visto que a indicação ocorre com base no conhecimento e percepção que o mercado publicitário tem do trabalho realizado. Acredito firmemente que o fato de ter mantido meu espírito em constante estado de curiosidade me ajudou a ter a mente mais aberta para o novo. Mantenho-me sempre na posição de quem está aprendendo e creio que, dessa forma, evoluo todos os dias.

João Faria é jornalista e sócio-diretor da Agência Cidadã

Os invasores

Cruzadas

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Levado ao conhecimento de todos; Trata dos atletas; O negócio que se pode realizar; Escrava concubina de Abraão (Bíb.); Linha (abrev.); Dois tipos de corpos celestes; Dotar de asas; Ermo; desabitado; Título nobre inglês; Louça do lavabo; O domínio dos espíritos, no kardecismo; Fusão de vogais; Delirante; Formato de circuitos de automobilismo; Número perfeitamente divisível por 2; Telefone (abrev.); Inimigo de Jerry, no desenho animado; Retórica (abrev.); Hesitante; resistente a; A do pano da mesa de bilhar é verde; Hiato de "poeta"; Ofender; O parente como o cunhado e a sogra; Resíduo no fundo da xícara de café; O Deus-Sol, na Mitologia egípcia; Pequeno (abrev.); Tornar mais leve; Letra que recebe o til, no espanhol; O filho de Homer Simpson (TV); Teste de Aptidão de Tiro (sigla); Robert De (?), ator de "Machete"; Grito de dor ou surpresa; Loja que vende artigos escolares; (?) Pompeia, escritor naturalista

BANCO 3/sir. 4/agar — bart — niro — raul.

Soluções

Diretas

Sudoku

Sudoku

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los.

2					9			5
	3						9	
		4			8	3		
7		6	5		1			
			4		3	8		9
		9	6			7		
	4						8	
5			2					4

© Revistas COQUETEL

Leitor fala

O Brasil que dá certo

Precisamos olhar com mais atenção ao vôlei nacional. O esporte não tem nem um décimo da exposição na mídia que tem o futebol, mas mesmo assim, sempre dá exemplo de competência. Agora, foi a vez da seleção feminina ser campeã do Grand Prix. O país precisa estudar a organização da modalidade, da base do time mais humilde à presidência da CBV. Quem sabe descobriremos a fórmula para o desenvolvimento dentro de nossas próprias fronteiras.
CÍCERO OLIVEIRA, SANTOS

Exemplo da autoridade

Por que será que os soldados do grupamento de motocicletas da Polícia Militar sempre usam as viseiras de seus capacetes 'robocop' levantadas? Já levei multa por não usar a viseira. Mas isso só se aplica ao cidadão comum?
JOSÉ BENEDICTO ALCÂNTARA, SÃO BERNARDO

Planos de Saúde

Adorei a noticia "ANS suspende venda de 150 planos de saúde" do Metro Jornal do dia 14 de novembro, pois hoje o que eles querem é somente pegar o cliente. Prometem de tudo (bons hospitais, melhores laboratórios, rede credenciada de 1ª linha), mas, na hora que o cliente realmente precisa, percebe que foi enganado. Eu mesma já passei por vários problemas com a minha operadora.
REGINA DE ASSIS, SÃO PAULO

Metro Pergunta

O governo do Estado vai aderir ao bilhete único mensal na capital. Você pretende usar o novo cartão?

Siga o Metro no Twitter: @jornal_metro

@guibiagi
Só agora vai valer a pena. Para mim, que trabalho e estudo longe de casa, será excelente.

Metro web

Para falar com a redação: **leitor.st@metrojornal.com.br**
Participe também no Facebook: **www.facebook.com/metrojornal**

Horóscopo

Está escrito nas estrelas — www.estrelaguia.com.br

Áries (21/3 a 20/4) Marte – que rege seu signo – faz bom aspecto com Júpiter, influência positiva para expandir negócios. Bom também novos conhecimentos.

Touro (21/4 a 20/5) Um foco a novos objetivos materiais e a resolução de despesas tende a marcar esta terça. Reflita sobre a utilidade das coisas que tem.

Gêmeos (21/5 a 20/6) Sua comunicação estará mais intensa, o que será positivo para tratar assuntos especiais. Evite forçar temas desnecessários nas relações.

Câncer (21/6 a 22/7) O momento é propício para valorizar suas crenças e também atividades que sirvam como terapia para recarregar suas energias.

Leão (23/7 a 22/8) Ambientes em grupo ou situações que envolvam pessoas as quais tem afinidade marcarão momentos especiais. Chances para reviver amizades.

Virgem (23/8 a 22/9) Os assuntos do trabalho são propensos a marcar novas responsabilidades. Cuide para que as obrigações não o afastem de relações especiais.

Libra (23/9 a 22/10) Momento para novos aprendizados e aperfeiçoamento sobre o que sabe no trabalho. Planos para viagens ou temas culturais também tomarão atenção.

Escorpião (23/10 a 21/11) Há tendências para uma introspeção diante de algumas convivências. Período para recompor energias onde se sinta bem.

Sagitário (22/11 a 21/12) Um bom aspecto de Marte com Júpiter – regente de seu signo – marcará a semana para um empenho extra e consolidação de projetos.

Capricórnio (22/12 a 20/1) Priorize assuntos e despesas mais emergenciais. Relações de trabalho estão favorecidas, com oportunidades para novos contatos.

Aquário (21/1 a 19/2) O contato com ambientes sociais, festas e pessoas que gosta está favorecido. Exponha mais os sentimentos a quem tem vínculo afetivo.

Peixes (20/2 a 20/3) Procure respeitar alguns padrões e tradições que pessoas de sua convivência costumam cultivar. Também tem antigos hábitos que cultiva.

UNIP

É EXCELÊNCIA

A UNIVERSIDADE PAULISTA – UNIP
É A INSTITUIÇÃO DE ENSINO QUE ALCANÇOU, NO BRASIL,
O MAIOR NÚMERO DE NOTAS MÁXIMAS
NOS CURSOS DE BACHARELADO, NO ENADE-MEC 2012,
CONFORME RELAÇÃO PUBLICADA NA IMPRENSA, EM 8/10/2013.

A UNIP DE SANTOS TAMBÉM SE DESTACOU!

TODOS OS CURSOS DE BACHARELADO E TECNOLÓGICOS ABAIXO RELACIONADOS OBTIVERAM
CONCEITOS POSITIVOS NO ENADE-MEC 2012. ENTRE ELES, 8
INTEGRAM O GRUPO DE EXCELÊNCIA.

Curso		
ADMINISTRAÇÃO	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA
CIÊNCIAS CONTÁBEIS	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA
DIREITO	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA
PSICOLOGIA	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA
PUBLICIDADE E PROPAGANDA	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA
TECNOLOGIA EM GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA
TECNOLOGIA EM GESTÃO FINANCEIRA	CONCEITO POSITIVO	
TECNOLOGIA EM LOGÍSTICA	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA
TECNOLOGIA EM PROCESSOS GERENCIAIS	CONCEITO POSITIVO	
TURISMO	CONCEITO POSITIVO	NOTA DE EXCELÊNCIA

INSCRIÇÕES ABERTAS
Tel.: (13) 4009 2000

Av. Francisco Manoel, s/nº • Vila Mathias • Santos • SP • www.unip.br • 0800 010 9000

PLUS

O grande debate sobre o **açúcar**

Mito e Verdade. Natural ou artificial, ambos trazem vantagens e desvantagens ao organismo

Você tem uma queda pelo o que é doce, mas não sabe o que é melhor (ou pior): o artificial ou natural? vamos entender os adoçantes mais populares.

FOTOS: STOCK.XCHNG

Açúcar
Os naturais, como o mel e o mascavo, têm em sua composição os "açúcares adicionais", que entraram para a lista negra da AHA (Associação Americana do Coração) de itens que são prejudiciais para a saúde cardíaca.

"A regra de ouro é começar por alimentos sem açúcar e adicionar você mesmo somente um pouco de açúcar", aconselha a nutróloga Janet Brill. "Por exemplo, prove um chá gelado sem açúcar ou natural e iogurte sem açúcar e adicione uma pitada do adoçante de sua preferência".

Aspartame
Uma maneira de evitar adicionar açúcares é usar adoçantes artificiais. O aspartame vem do metanol, da fenilalanina e do aspartato e é 200 vezes mais doce do que o açúcar, diz a nutróloga Janet Brill, além de não ter calorias. Enquanto a Administração de Drogas e Alimentos dos Estados Unidos e a Autoridade Europeia para Segurança de Alimentos afirmam que o aspartame é seguro para consumo humano, alguns pesquisadores colocam em dúvida sua segurança no longo prazo. Dois estudos italianos, realizados em ratos, mostram que doses muito altas de aspartame podem aumentar a chance do desenvolvimento de cânceres relacionados ao sangue, como leucemia ou linfomas. Mas, nenhuma pesquisa relacionou altos níveis de cânceres em humanos ao uso do aspartame.

Manitol e Sorbitol
Esses adoçantes artificiais são açúcares do álcool. Eles não são completamente metabolizados pelo organismo. Por isso, o organismo absorve menos calorias do que quando se consome açúcar comum, explica Janet. Entretanto, eles podem causar vários efeitos gastrointestinais.

"A maioria dos alimentos livres de açúcar ou diets é feita com um desses adoçantes, porque quando se consome esse tipo de alimento, a sensação de inchado e de gases aumenta", explica o nutricionista das celeridades Mark Macdonald, autor do livro "Body Confidence".

"Seu corpo não pode metabolizar falsos açúcares. Há muitos outros desafios para a saúde e para a digestão relacionados com esses falsos açúcares, então será sempre melhor usar um adoçante saudável nos alimentos e bebidas", aconselha Macdonald.

Xarope de Agave
O xarope de Agave é um adoçante natural extraído da mesma planta que é usada na produção da tequila. Ele tem baixo teor glicêmico, o que significa que não aumenta rapidamente o nível de açúcar no sangue.

200
vezes é o quanto o aspartame é mais doce do que o açúcar comum

Entretanto, por causa disso, pode ser difícil para o organismo processar. É um tipo de frutose, similar quimicamente ao xarope de milho. Ele contém alguns minerais adicionais, mas está presente em quantidades baixas, o que não faz uma diferença muito significante.

Stevia
Originário de uma planta sul-americana, o stevia vem sendo usado por décadas.

"Stevia é o adoçante de baixa caloria mais saudável no mercado, por isso é o que mais recomendo", aponta Macdonald. Entretanto, pesquisas recentes mostram que o stevia pode não diminuir e também afetar negativamente o controle de açúcar no sangue em diabéticos. Além do que, não há pesquisas que estudem o consumo de stevia por mulheres grávidas, por isso, alguns médicos sugerem que gestantes evitem o uso do produto.

Pessoas alérgicas à família das plantas Asteraceae/Compositae (que incluem crisântemos, malmequeres e margaridas) também podem apresentar reação ao seu consumo.

Stevia é opção de baixa caloria

GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO

MICHELLE CASTILLO
METRO INTERNACIONAL

Muito doce
Brasil
Pesquisa realizada por professores da Universidade de São Paulo e patrocinada pela Danone Research no segundo semestre de 2012 aponta que o consumo de açúcar entre jovens brasileiros de 3 a 17 anos chega a 21 kg por ano, 2 a 5% a mais de energia do que os 10% recomendados pela OMS (Organização Mundial da Saúde) para a ingestão de açúcares livres na dieta total, incluindo alimentos sólidos.

Moisés Lucarelli não será utilizado | ARQUIVO/METRO CAMPINAS

Tricolor 'tira' Majestoso da semifinal

Sul-Americana. Conmebol acata pedido do São Paulo e veta Moisés Lucarelli na decisão

São Paulo e Ponte Preta só entram em campo para disputar a vaga na final da Copa Sul-Americana às 21h50 de amanhã, no Morumbi. Fora de campo, porém, o Tricolor abriu o placar.

A Conmebol acatou o pedido dos são-paulinos e não liberou o Moisés Lucarelli para o jogo de volta, dia 27. A partida será no estádio Romildo Ferreira, em Mogi Mirim – que o São Paulo também tentou tirar da disputa.

A decisão, oficializada ontem, é baseada na capacidade do estádio da Ponte. A Conmebol exige, no mínimo, 20 mil pessoas para as semifinais. De acordo com o laudo disponível no site da Federação Paulista de Futebol, a capacidade da casa ponte-pretana é de 16,9 mil torcedores.

"Eles brigam tanto com outros times que parece que gostam disso. Se o São Paulo não tivesse questionado, o jogo seria aqui normalmente. É lamentável que um tricampeão mundial tenha chegado a este ponto: uma atitude mesquinha, picuinha", disse o presidente da Ponte, Márcio Della Volpe.

"Nossa preocupação é com a segurança e não com a capacidade do estádio. Tivemos dificuldades em Campinas em outras ocasiões", rebateu o vice-presidente tricolor, João Paulo de Jesus Lopes. METRO

Paulistão. Federação divulga tabela da 1ª fase

A Federação Paulista de Futebol divulgou ontem a tabela da primeira fase do Campeonato Paulista, que terá 15 rodadas. A competição vai do dia 19 de janeiro a 13 de abril.

Atual vencedor, o Corinthians inicia o torneio contra a Portuguesa, fora de casa. O Santos recebe o XV de Piracicaba na Vila Belmiro. O Palmeiras pega o Linense em casa e o São Paulo encara o Bragantino no interior.

Em 2014, o Paulistão será disputado em sistema diferente das últimas edições. Em vez de turno único, as 20 equipes estão divididas em quatro grupos. Não há jogos entre clubes de uma mesma chave.

Os dois melhores times de cada grupo se enfrentam nas quartas de final. Na semifinal, a equipe de melhor campanha geral enfrenta a de 4ª melhor campanha, e o 2º melhor pega o 3º. METRO

Corinthians

Mano Menezes

Embora ainda não esteja confirmado para assumir o Corinthians em 2014, Mano Menezes chegará com moral entre os atletas alvinegros. "É do mesmo nível do Tite. Reencontrar o Mano vai ser legal, ele me levou para a Seleção Brasileira e acreditou em mim", disse o meia Renato Augusto. "Tenho muito respeito pelo trabalho dele", acrescentou o volante Ralf.

Julio Cesar tem retorno garantido à meta brasileira | JEFFERSON BERNARDES/VIPCOMM

Para fechar o ano com chave de ouro

Amistoso. Brasil encara o Chile hoje, às 23h, em jogo que encerra a marcante temporada da equipe de Felipão. Técnico sugere que fará mudanças no setor ofensivo brasileiro

Rotulada negativamente pelos resultados ruins dos últimos anos, a Seleção Brasileira começou o ano sob muita desconfiança. Mas vai terminar cheia de moral. Especialmente após a conquista da Copa das Confederações, que chegou com a vitória por 3 a 0 sobre a toda-poderosa Espanha, os comandados de Luiz Felipe Scolari entrarão em 2014, ano da Copa do Mundo, com ânimo renovado.

Para coroar a temporada de superação e entrar com ainda mais fôlego na preparação para o Mundial, no entanto, o Brasil tem um último compromisso, hoje, às 23h, contra o Chile.

BRASIL	CHILE

- **Estádio.** Rodgers Centre, Toronto, Canadá, às 23h
- **Transmissão.** Rádio Bandeirantes, BandNews FM, Bradesco Esportes FM e Globo

Depois de bater o Honduras por impiedosos 5 a 0, a Seleção encara os chilenos, que, a exemplo do último adversário, também já garantiu presença na Copa.

Só que a pedreira será maior. Se os brasileiros vêm de um resultado expressivo no último amistoso, os chilenos não ficam muito atrás. Na semana passada, a equipe do atacante Alexis Sánchez venceu a Inglaterra, em Wembley, por 2 a 0.

Por isso a expectativa de Felipão é por um rival mais ofensivo e com mais toque de bola. Características que favorecem o estilo de jogo do Brasil, mas que por outro colocará à prova o esquema tático e a parte técnica do Brasil.

“Será uma outra escola, uma outra forma de jogar. Com uma qualidade diferente. Os resultados recentes mostram isso. Será interessante para nós. Teremos mais uma chance de colocar a ideia de time que temos, talvez com um outro jogador diferente”, disse o técnico brasileiro, sem confirmar o time que mandará a campo.

A expectativa é que o Brasil comece com: Julio Cesar; Maicon, Thiago Silva, David Luiz e Maxwell; Luiz Gustavo, Paulinho e Oscar; Bernard, Neymar e Jô. Scolari, porém, deixou no ar uma possível mudança no ataque.

“Julio Cesar e Thiago Silva voltam. Pode ser que eu faça uma mudança no ataque para começar o jogo. Mas a base do time será 80% da que está sendo formada há algum tempo”, concluiu. METRO

Opinião

HELIO CASTRONEVES
HELIO.CASTRONEVES
@ METROJORNAL.COM.BR

PRONTO PARA ACELERAR!

Oi pessoal, tudo bom aí no Brasil? Certeza que deve estar calor, né? Pois é, hoje estou em Detroit participando de atividades com parceiros do Team Penske e a temperatura deve estar “quase igual”. A máxima prevista para hoje aqui é de 6ºC. É mole? Mas vamos que vamos, o importante é que a equipe já está com o pé cravado na pré-temporada.

E por falar em Team Penske, o momento é de festa para Roger Penske e todos da equipe. Na final da NASCAR Nationwide Series, disputada no oval de Homestead (FL), no sábado, coube ao “The Capitain” faturar o título entre donos de equipes. Já na disputa entre pilotos, Sam Hornish Jr. foi vice-campeão perdendo apenas para Austin Dillon, o campeão da temporada.

Como vocês sabem, a nossa temporada da IndyCar já acabou, mas eu estou pronto novamente para acelerar, só que dessa vez no kart. Na próxima semana, a convite do meu amigo de tantos anos e agora teammate Juan Pablo Montoya, vou para a Colômbia participar uma competição organizada por ele e tenho certeza que será muito legal.

A Carrera de Estrellas será disputada na cidade de Medellín, dia 30 de novembro, e o mais legal de tudo e que será uma competição com caráter beneficente para ajudar as obras assistenciais da Fundación Fórmula Sonrisas. É um trabalho muito legal desenvolvido pelo Montoya e a Connie, sua esposa, dedicado às crianças da Colômbia.

Todos os karts serão iguais e o Montoya está formando um grupo com vários pilotos. Além de nós dois, lá estarão Kurt Bush (NASCAR), Joe Logano (NASCAR), meus colegas de IndyCar Carlos Muñoz e Sebastian Saavedra, Gustavo Yacaman (TUDOR United) e mais uma galera que vai se divertir e ajudar muitas pessoas.

Quero, por fim, deixar o meu super abraço para o pessoal da revista RACING e da Rádio Bandeirantes. Amanhã acontece a grande festa anual da revista, o Capacete de Ouro, e eu estou concorrendo ao prêmio principal com o Felipe Massa e o Tony Kanaan. Será que eu vou levar meu quinto Capacete de Ouro? Os jornalistas votaram e somente amanhã, lá na hora, a gente vai saber.

Já o grande narrador esportivo Odinei Edson, cá entre nós, acho que gosta de viver perigosamente. Eu já tinha feito uma bagunça danada quando participei como comentarista de um jogo do meu glorioso São Paulo que ele narrou. Agora, para minha alegria, fui convidado para estar em Interlagos com toda a equipe da rádio na transmissão do Grande Prêmio do Brasil, domingo agora.

Mas tanto um convite como outro, precisei recusar por causa dos compromissos por aqui. Mas fiquei muito contente pelo carinho e espero que seja fantástica a festa e a transmissão. Quem sabe no ano que vem, né?

Abraço para todo mundo e vamos que vamos!

Helio Castroneves, 38, nasceu em São Paulo e foi criado em Ribeirão Preto. É o piloto brasileiro com mais vitórias na Indy, com 28 conquistas, e venceu três edições da Indy 500 (2001, 2002 e 2009). Disputará em 2014 sua 17ª temporada na categoria e 15ª pelo Team Penske.

Tudo ou nada para 12 seleções

Mais seis países se juntarão hoje à lista de classificados para a Copa do Mundo de 2014. Outras duas vagas se definem amanhã. E a tensão começa nos jogos de volta da repescagem europeia. O duelo mais aguardado está marcado para às 17h45 (de Brasília). É nessa hora que a bola rola para Suécia e Portugal, no duelo entre as estrelas Zlatan Ibrahimovic e Cristiano Ronaldo. Em terras lusitanas, o gajo saiu na frente ao vencer por 1 a 0, que deixa tudo em aberto.

24
das 32 seleções que jogarão a Copa já garantiram presença.

Às 18h, em Paris, é a vez da França tentar reverter o 2 a 0 que levou da Ucrânia no primeiro duelo. A tarefa também promete ser delicada para os romenos, derrotados por 3 a 1 na Grécia, e que precisam ir para cima no jogo que começa às 17h. No último duelo europeu, às 17h15, a Croácia recebe a Islândia. No primeiro encontro, ninguém mexeu no marcador.

O dia também promete ser de nervosismo na África, que conhecerá seus últimos dois representantes. Às 14h, Egito tenta o impossível: em casa, reverter a goleada de 6 a 1 que levou de Gana na ida.

Já às 16h15, Argélia recebe Burkina Fasso precisando tirar a desvantagem dos 3 a 2 do primeiro jogo. METRO

Cristiano Ronaldo fez o gol português no 1º jogo | MIKE HEWITT/GETTY IMAGES

Copa-2014

Potes serão definidos dia 3 de dezembro

Com exceção dos já conhecidos cabeças de chave, a formação dos potes do sorteio da Copa do Mundo no Brasil será divulgado no dia 3 de dezembro, três dias antes dos oito grupos serem sorteados. A Fifa explicou que os potes serão definidos por “critérios geográficos e esportivos”. METRO

Melhor técnico do ano

Del Bosque diz que votou em Felipão

Campeão mundial, europeu e vice da Copa das Confederações com a Seleção Espanhola, o técnico Vicente Del Bosque revelou seus três votos para o prêmio de melhor treinador do mundo, promovido pela Fifa e pela revista “France Football”: Luiz Felipe Scolari, Jupp Heynckes e Rafa Benítez. METRO